801-18
666

Элегантность женщинъ.

Туалетъ.—Прическа.—Духи.—Красота лица.

Переводъ съ французскаго.

С.-ПЕТЕРБУРГЪ.
ИЗДАНІЕ КНИГОПРОДАВЦА В. И. ГУБИНСКАГО.
1898.

Дозволено цензурою. С.-Петербургъ, 27 Мая 1897 г.

12679-0

Калашниковская паровая типографія А. Трунова. Калашн. пр., 11.

2017103434

Элегантность женщинъ.

Забота о сохраненіи и совершенствованіи данныхъ намъ природой преимуществъ, красоты, таланта, ума, душевныхъ качествъ—не есть ли прямая обязанность человѣка? Не должна ли дѣвушка заботиться о сохраненіи своей красоты, заботиться о томъ, чтобы быть всегда изящной, элегантной, заботиться потому, что вы же, господа строгіе моралисты, пройдете мимо нея равнодушно, если она не удовлетворяетъ хотя бы нѣкоторымъ условіямъ, необходимымъ для того, чтобы ее могли считать только „недурненькой“? Не должна ли, наконецъ, мать съ первыхъ дней заботиться о красотѣ своей дочери, чтобы не довести ее до печальной одинокой старости, чтобы дать ей возможность насладиться ласками взаимной любви, счастьемъ материнства, такъ какъ для замужества красота—шансъ не маловажный!.. А между тѣмъ, сколько мы видимъ хорошенькихъ дѣтей „изростающихся“, какъ говорятъ, впослѣдствіи въ некрасивыхъ и неуклюжихъ подростковъ! Большую роль играетъ въ этомъ случаѣ всесильная природа, но много бываетъ промаховъ и небрежности со стороны родителей.

Противники внѣшняго женскаго кокетства, основывающіе свое осужденіе на строгой морали и проповѣдующіе эмансипацію женщинъ, указываютъ, между прочимъ, что слишкомъ большое вниманіе на туалетъ отнимаетъ много времени, которое можетъ быть употреблено на что-нибудь болѣе полезное. Но какъ они далеки отъ практическаго знакомства съ этимъ вопросомъ! На все это невинное кокетство потребуется не болѣе получаса въ день, если конечно, не проводить цѣлые часы передъ зеркаломъ. Всѣхъ этихъ господъ строгихъ моралистовъ мы приглашаемъ въ гостиную, въ бальную залу, ярко освященную сотнями огней, гдѣ веселый говоръ и топотъ танцующихъ сливается со звуками упоительнаго вальса, въ эту залу, дышащую весельемъ, жизнью, радостью, наполненную какой-то особенной, опьяняющей бальной атмосферой,—и мы увидимъ нѣчто крайне, назидательное: мы увидимъ, что всѣ эти господа чрезвычайно оживленно болтаютъ съ тѣми „хорошенькими куколками", которыхъ они такъ безпощадно осуждали за ихъ кокетство, увидимъ, что они находятъ громадное удовольствіе въ ихъ обществѣ, и въ тоже время увидимъ печальныя тѣни, одиноко бродящія вдоль залы или пріютившіяся въ уголкахъ ея, въ неизящныхъ, безвкусныхъ платьяхъ—это ярыя поклонницы и послѣдовательницы ихъ доктринъ... Что же дѣлать! Такова уже судьба теоріи и практики...

И такъ, уважаемыя читательницы, если вы желаете сохранить и уберечь красоту вашихъ дочерей, если вы желаете дѣйствительно добросовѣстно исполнить долгъ матери,—вы, съ раннихъ лѣтъ посвятите свою дочь въ разумныя требованія гигіены, постараетесь ей разъяснить, что заботиться о красотѣ слѣдуетъ не ради пустого кокетства, тщеславія и желанія нравиться, но ради того, что человѣкъ вообще, а женщина въ особенности, должна заботиться, сохранять и поддерживать то, что ей дала природа, та природа, которая создала яды, но создала и противоядія, которая породила уклоненія отъ нормальныхъ условій, но дала человѣку и средства бороться съ ними, которая наконецъ, гибельно вліяетъ, подчасъ, на здоровье и красоту человѣка, но въ тоже время даетъ ему средства для защиты.

* * *

Въ чемъ заключается красота—будь она безусловная, или относительная? Прежде всего она заключается въ цвѣтѣ лица, которое требуетъ особенныхъ заботъ и ухода. Самая красивая въ мірѣ женщина, съ прелестными чертами лица, съ роскошными волосами, не будетъ привлекательной, если кожа ея лица будетъ тусклая, жирная, въ пятнахъ. А между тѣмъ лицо, менѣе красивое, съ неправильными чертами покажется намъ привлекательнымъ, благодаря его хорошему цвѣту, нѣжной, шелковистой кожѣ.

Послѣ цвѣта лица слѣдуютъ глаза. Они могутъ

быть красивы по формѣ, по цвѣту и выразительности, но въ нихъ не будетъ той чарующей прелести, которую предаютъ имъ рѣсницы, если онѣ отсутствуютъ или мало замѣтны, если ихъ не обрамляютъ красивыя брови, и если при этомъ вѣки красны и вялы.

Затѣмъ идетъ ротъ, гдѣ зубы играютъ громадную роль въ общей гармоніи. Зубы, если они даже некрасивы по формѣ и неправильны, должны быть чистые, бѣлые и въ большинствѣ цѣлы.

Губы должны быть здоровыя, красиво очерченныя и розовыя. Сухія, разстрескавшіяся губы обезображиваютъ самое красивое лицо.

Волосы имѣютъ громадное значеніе для красоты. Изящная прическа сильно способствуетъ прелести лица. Однако, какая нибудь спеціальная красота волосъ не уменьшаетъ безобразія некрасиваго лица, и намъ приходилось это часто наблюдать; волосы, сильно и весьма натурально завитые, замѣчательно шли къ некрасивымъ лицамъ и не придавали никакой красоты въ обратномъ случаѣ. Женщина, благодаря своей прическѣ, можетъ совершенно преобразиться въ лучшую или худшую сторону.

Гладкіе, спутанные, плохо причесанные волосы сильно безобразятъ. Волнистые, слегка завитые (если это къ лицу) волосы изящно обрамляютъ чело и предаютъ блескъ глазамъ. При этомъ вовсе не нужно, чтобы они были длинны и густы. Красота волосъ не всегда зависитъ отъ ихъ длины и густоты.

* * *

Особенно слѣдуетъ заботиться о рукахъ. Всегда красива бѣлая, нѣжная рука, хотя бы она была и не совсѣмъ безукоризненной формы. За то красивая рука, идеальная по формѣ, но за которой было мало ухода, съ красной кожей, сухой, грубой, съ ногтями плохо остриженными и тусклыми, производитъ непріятное впечатлѣніе.

Мы не можемъ измѣнить форму шеи, плечъ и рукъ, но мы можемъ поддерживать свѣжесть и красоту кожи, которая ихъ покрываетъ; средства ля ухода за этими частями тѣла тѣ же, что для лица и рукъ.

* * *

Что же касается формы и линій тѣла, которыя бываютъ часто обезображены худобой или полнотой, то мы дадимъ нѣсколько совѣтовъ, которые дадутъ прекрасные результаты.

Интеллигентная женщина—полная хозяйка своей пластики, т. е. формѣ и линій тѣла. „Женщина бываетъ красива если она этого захочетъ“,—сказалъ Банвиль, и это совершенно вѣрно. Но надо хотѣть, быть настойчивой и упорно добиваться результатовъ.

Полная женщина, лѣнивая отъ природы, а въ особенности любительница покушать, которая не

захочетъ отстать отъ этихъ двухъ недостатковъ, никогда не похудѣетъ. Но если она этого захочетъ и пересилитъ себя, она возвратитъ свою красоту и грацію, о чемъ она раньше не могла даже мечтать.

* * *

Ничѣмъ не слѣдуетъ неглижировать; даже нога, также какъ и рука, имѣетъ свою физіономію, характерныя особенности и способъ, какъ она обута, дѣло далеко не безразличное, не только съ точки зрѣнія одного лишь кокетства, зависящаго отъ красоты ботинокъ или туфель, но въ особенности съ точки зрѣнія ея формы, ея профиля.

Красота молодыхъ дѣвушекъ много зависитъ отъ заботъ матери о сохраненіи и развитіи этой красоты, и если бы пришлось видѣть даму почтенныхъ лѣтъ, идеально красивую, несмотря на преклонные лѣта, то навѣрно заботы о сохраненіи ея красоты начались съ самой минуты ея рожденія.

* * *

Теперь поговоримъ о туалетѣ вообще.

Туалетъ каждой женщины прежде всего зависитъ отъ вкуса, а затѣмъ уже отъ средствъ, которыми она обладаетъ. Домашній туалетъ разнится отъ выходного или визитнаго, какъ по цѣнѣ, такъ и по роскоши.

Мы, кажется, будемъ правы, рекомендуя женщинамъ быть болѣе кокетливыми и элегантными

относительно домашняго туалета, который предназначается для мужа, чѣмъ относительно выходныхъ, которые они одѣваютъ для постороннихъ.

Понятно, мы не говоримъ здѣсь о туалетахъ бальныхъ, вечернихъ, для парадныхъ обѣдовъ, которые приходится одѣвать и дома, но и по поводу ихъ мы скажемъ: меньше роскоши, но больше вкуса.

Замѣните всюду и вездѣ богатство—*вкусомъ*, а роскошь *элегантностью*, и, повѣрьте, вы только выиграете.

Очень часто, оставаясь дома, даже молодыя жены безъ всякаго стѣсненія одѣваютъ платье слишкомъ поношенное для выѣздовъ, или вышедшее изъ моды. Но что же отъ этого происходитъ? А то, что мужъ, видя жену больше дома, чѣмъ на улицѣ, видитъ ее одѣтой безъ вкуса и неряшливо. Отсюда недалеко до разочарованія и сравненія жены съ другими женщинами, которыя являются всегда изящными и нарядными.

Женщина должна больше обращать вниманія на свой домашній туалетъ, чѣмъ на выѣздной. Это вовсе не такъ трудно! Матеріи, ленты, кружева стоятъ теперь такъ дешево, что умная и практичная женщина, даже если она не богата, можетъ своими руками сшить и кокетливо отдѣлать изящный пеньюаръ или матине, на которыхъ съ удовольствіемъ остановится благодарный, за оказанное ему вниманіе, взглядъ ея супруга.

Нынѣшнія моды особенно удачны въ этомъ от-

ношеніи блузы: батистовыя, шелковыя, полотняныя, которыя такъ дешевы, удобны для стирки.

Когда мѣняютъ корсажъ, туалетъ выглядитъ новымъ, и мужъ этого не замѣчаетъ; онъ видитъ только, что жена его каждый день одѣта иначе, не однообразно, что каждый день другая блуза такъ или иначе оттѣняетъ ея лицо, и это доставляетъ ему большое удовольствіе, хотя, быть можетъ, онъ не отдаетъ себѣ отчета, въ чемъ заключаются чары его жены.

Благодаря такому кокетству, мужъ съ удовольствіемъ проводитъ время съ женой, не скучаетъ отъ однообразія, видя передъ собою одну и ту же фигуру, въ одномъ и томъ же платьѣ, каждую складку котораго онъ изучилъ въ совершенствѣ. Такимъ образомъ, какъ видите, и какая нибудь блуза имѣетъ большое значеніе въ поддержаніи привязанности мужа.

Туалетъ.

Какъ мы уже говорили, элегантный туалетъ зависитъ не отъ матеріала, изъ котораго онъ сдѣланъ, и фасона, а отъ того, *какъ* онъ сшитъ; поэтому выборъ портнаго или портнихи играетъ здѣсь немаловажную роль. Надо помнить, что не всегда дорогая, извѣстная портниха безукоризненно сошьетъ вамъ платье; такія портнихи по большей части завалены работой, и ваше платье,—если вы не постоянная заказчица,—можетъ попасть въ руки

второстепенной мастерицы. Наконецъ, подобная портниха будетъ совершенно игнорировать вашъ бюджетъ; малѣйшее поползновеніе съ вашей стороны на экономію въ прикладѣ или въ отдѣлкѣ будетъ встрѣчено ею крайне недоброжелательно, что и отзовется на вашемъ платьѣ. Вотъ почему совѣтуемъ обращаться къ начинающимъ портнихамъ, которыя, работая раньше у тѣхъ же извѣстныхъ портнихъ, дѣлаютъ ничуть не хуже, но относятся къ дѣлу внимательнѣе, а главное, сами шьютъ ваше платье, имѣя въ помощь одну-двѣ мастерицы, исполняющія черную подготовительную работу.

Элегантныя дамы всегда придерживаются одной и той же портнихи: работая постоянно, она изучаетъ вашу фигуру, подмѣчаетъ и костюмъ, скрываетъ едва замѣтные недостатки, о которыхъ даже вы сами не подозрѣваете; подмѣчаетъ, наконецъ, цвѣта и фасоны, которые къ вамъ идутъ.

Корсетъ. Какъ бы хорошо платье не было сшито, оно будетъ сидѣть некрасиво, если одѣто на *плохой* корсетъ.

Относительно этой принадлежности дамскаго туалета считаемъ не лишнимъ привести здѣсь выдержки изъ лекціи, читанной докторомъ Мейнертомъ въ Вѣнѣ, о вредѣ корсета.

Почему женщины,—говоритъ докторъ,—съ такимъ упрямствомъ стараются придать своему тѣлу видъ и форму, встрѣчающуюся только у насѣкомыхъ? По всей вѣроятности изъ желанія придать своей фигурѣ видъ осы, происходитъ отъ очевид-

наго стремленія женщины обрисовать въ наивыгоднѣйшемъ свѣтѣ тѣ части тѣла, которыя свидѣтельствуютъ о правильномъ сложеніи, т. е. широкія бедра и полную грудь. И дѣйствительно, при сжатой таліи обрисовываются всѣ эти части тѣла рельефнѣе. Однако, въ настоящее время большинство шнурующихся женщинъ нельзя упрекнуть въ томъ, что онѣ дѣлаютъ это съ указанной выше цѣлью. Онѣ носятъ корсеты потому что „мода этого требуетъ“; любуются своими тоненькими фигурками, потому что мода признаетъ ихъ красивыми и изящными; онѣ не сознаются ни передъ собой, ни передъ другими, что это изящество искусственное, что красоту эту нужно возобновлять ежедневно и не хотятъ подумать о томъ, что если бы онѣ на самомъ дѣлѣ были такъ сложены, какими стараются казаться, то ихъ сочли бы за уродовъ.

Какъ должна выглядѣть дѣйствительно хорошо сложенная женщина? Всмотритесь въ этотъ, всѣми признанный, идеалъ женской красоты, названный Гейнолe „Мадонной красоты“—Венерѣ Милосской—въ залахъ Парижскаго Лувра. Если вы не видѣли подлинника, то навѣрное видѣли копіи, портреты и фотографическіе снимки съ этого геніальнаго произведенія скульптуры.

Внимательно взгляните, mesdames, на эту фигуру статуи, все достоинство и красота которой заключается въ глубокой правдѣ, ясно выражающей всѣ красоты женскаго тѣла и сравните эту фигуру съ собствен-

ной,—разница будетъ громадная. Придавая себѣ искусственную талію, вы удаляетесь отъ природы и тѣмъ причинялете вредъ своему здоровью. Вредъ корсета главнымъ образомъ отражается на внутреннихъ органахъ.

Изъ всѣхъ группъ мускуловъ грудной клѣтки самой важной для здоровья всего организма является группа мускуловъ дыханія. Расширеніе грудной клѣтки и поглощеніе извѣстнаго, необходимаго для жизни, количества воздуха производится исключительно мускулами дыханія. Въ тѣсной одеждѣ грудная клѣтка можетъ расширяться только до предѣловъ ею указываемыхъ. Шнуруясь и сжимая грудную клѣтку, женщины самовольно лишаютъ себя извѣстной части воздуха, а потеря эта составлять не менѣе $^1/_5$ потребнаго количества, которое не заснурованная женщина могла бы поглотить. Вслѣдствіе уменьшенія количества кислорода всѣ процессы сжиганія, составляющіе основу жизни, происходятъ не полно, производится недостаточно крови, или крови плохого качества, полуобработанные продукты обмѣна веществъ переполняютъ соки организма. Внѣшними признаками подобнаго ненормальнаго отправленія организма является блѣдность и желтизна кожи и та грусть и удрученное состояніе духа, которыя характеризуютъ наше молодое шнурующееся поколѣніе. Съ тѣхъ поръ, какъ современныя молодыя дѣвушки признали необходимымъ носить корсеты, блѣдная немочь, которая въ предыдущемъ поколѣніи являлась лишь въ болѣе зрѣломъ возрастѣ,

представляетъ теперь случаи далеко нерѣдкіе. Въ виду развивающейся болѣзни, въ особенности среди учащихся дѣвушекъ, въ гимназіяхъ и институтахъ начали увеличивать размѣры классовъ, чтобы доставить большее количество кислорода. Но къ чему это, спрашивается, если легкія, которыя должны поглощать этотъ кислородъ, будутъ сжаты и стѣснены корсетомъ? Никакія мѣры не принесутъ положительныхъ результатовъ, пока не будетъ безусловно воспрещено всѣмъ учащимся дѣвушкамъ ношеніе корсета. Я убѣжденъ, что всѣ вы вмѣстѣ со мной осуждаете это безуміе, и увѣренъ, что ни одна мать не позволила бы носить корсетъ своей малолѣтней дочери. Я убѣдительно прошу каждую изъ васъ, чтобы вы завтра утромъ, пока дочь ваша еще не одѣнется, велѣли бы ей поднять руки къ верху, держа ихъ надъ головой и затѣмъ измѣрьте естественную талію. Затѣмъ прикиньте эту мѣрку къ таліи корсета, лифа, и даже платья, и вы изумитесь, найдя, что два эти измѣренія далеко между собою не сходны, и что платья вашихъ дочерей гораздо уже ихъ природныхъ талій. Убѣдившись такъ наглядно, не захотите-ли вы, почтенныя матери, измѣнить подобную аномалію костюмовъ? Опытъ, однако, показалъ намъ, докторамъ, что даже самые убѣдительные доводы о вредѣ корсета не могутъ заставить прекрасныхъ паціентокъ разстаться съ этимъ орудіемъ пытки; съ особеннымъ упрямствомъ взрослыя особы утверждаютъ, что безъ нихъ обойтись не могутъ.

Но многія уже, надѣюсь, стали разсудительными,

если не для себя, то по крайней мѣрѣ по отношенію къ своимъ дѣтямъ. Можетъ быть совѣты мои будутъ приняты благосклоннѣе, если напомню о тѣхъ страданіяхъ, которыя испытываютъ невинныя дѣти, по винѣ своихъ легкомысленныхъ матерей, поклоняющихся модѣ.

Тѣ только дѣти имѣютъ здоровый видъ и могутъ прожить долго, которыя выкормлены исключительно материнскимъ молокомъ. Большинство же матерей не могутъ кормить сами, что происходитъ, главнымъ образомъ, отъ корсета, который, сжимая грудь, вмѣстѣ съ тѣмъ, сжимаетъ и молочныя железы. Есть такія мѣстности, гдѣ женщины вслѣдствіе существующей тамъ моды ношенія узкихъ и тѣсныхъ корсажей, совершенно неспособны кормить дѣтей грудью. Дѣти, выкормленные грудью, болѣютъ и умираютъ довольно рѣдко, выросшіе же на рожкѣ — въ огромномъ количествѣ. Изъ 500 младенцевъ, умершихъ въ теченіе лѣта въ Дрезденѣ отъ болѣзни пищевого канала, по статистическимъ свѣдѣніямъ, 400 были выкормлены на рожкѣ и только двадцать материнской грудью.

Найдется ли послѣ этого въ мірѣ хоть одна женщина, которая завѣдомо пожертвовала бы здоровьемъ и жизнью своихъ дѣтей, ради требованій моды? Я думаю, что нѣтъ! Но женщины и дѣвушки наши не хотятъ слушать словъ предостереженія, не хотятъ слышать и знать о пагубныхъ послѣдствіяхъ поклоненія модѣ,—не хотятъ думать о томъ, какіе отъ этого получатся результаты, или не вѣрятъ

въ нихъ. Четырнадцатилѣтней дѣвочкѣ, думающей о томъ, какъ она выглядитъ на первыхъ же шагахъ своей жизни, нельзя удивляться, что она не думаетъ о будущемъ своемъ положеніи, какъ матери; но за то священнымъ долгомъ родителей должно быть остерегать своихъ дочерей отъ уродства нравственнаго и физическаго.

Тѣсное платье, мѣшающее развитію груди, можетъ вліять различнымъ образомъ на здоровье; узкій, въ обтяжку нарядъ оказывается иногда вреднѣе корсета. Скромныя дѣвушки, которыя стараются скрыть слишкомъ развитыя формы, стыдясь ихъ, поступаютъ такъ же легкомысленно, какъ тѣ кокетки, которыя охотно рисуются тѣмъ, чего природа имъ вовсе не дала. Самое пагубное вліяніе оказываютъ на дѣвическую грудь высокіе корсеты, которые теперь принято носить; но къ сожалѣнію это вовсе не принимается въ разсчетъ. Бюстъ, приподнятый къ верху, почти подъ самую шею, принимаетъ подобное положеніе благодаря весьма узкому корсету на солидныхъ костяхъ и планшетахъ. Многія изъ дамъ съ большимъ удовольствіемъ сняли бы съ себя этотъ тѣсный панцырь, если бы не считали его необходимымъ для приданія своей фигурѣ граціи и изящества. Даже молодыя дѣвушки, съ классическимъ бюстомъ, невольно уродуютъ его при посредствѣ корсета, который сжимаетъ и съуживаетъ фигуру, а обѣ груди поднимаетъ къ верху, приближаетъ ихъ одну къ другой и одновременно сжимаетъ ихъ съ боковъ. Контуръ натуральнаго

бюста дѣвушки значительно разнится отъ сжатаго въ корсетъ. Сильное сжатіе и поднятіе грудей самымъ роковымъ образомъ дѣйствуетъ на развитіе и будущую дѣятельность молочныхъ железъ. Кровеносные сосуды, прилегающіе между ребрами и доставляющіе необходимый матеріалъ для дѣятельности этихъ железъ, вытягиваются и искривляются. А такая грудь, будь она плоская и мягкая или развитая, вслѣдствіе обильнаго содержанія жировыхъ отложеній, во всякомъ случаѣ становится неспособной къ той важной дѣятельности, которая предстоитъ ей въ будущемъ. Такимъ же образомъ вліяетъ сжатіе грудей въ серединѣ, т. е. сближеніе ихъ одна съ другой, а хуже всего—чрезмѣрное сжатіе слишкомъ полныхъ формъ.

Женщины, которыя съ годами лишились способности быть матерями, при ношеніи корсета хотя и не подвергаются опасности насиловать дѣятельность молочныхъ железъ, но и для нихъ имѣются данныя, запрещающія имъ уродовать природу. Пожилыя, полныя дамы охотно шнуруются, за что природа наказываетъ ихъ біеніемъ сердца, рѣзью въ желудкѣ и другими страданіями. На совѣтъ доктора бросить корсетъ, онѣ обыкновенно возражаютъ, что уже „ради одного приличія“ онѣ должны шнуроваться, обладая развитымъ бюстомъ.

— Моя полнота заставляетъ меня носить корсетъ; безъ него я выгляжу просто неприлично.

Такіе отвѣты слышитъ часто докторъ на свои замѣчанія и совѣты. Но посудите сами, что при-

личнѣе: старушка, затянутая до невозможности, или дама въ скромномъ просторномъ платьѣ, придающемъ ей почтенный, а иногда даже величественный видъ?

А теперь, милостивыя государыни, когда вы сами убѣдились, какой вредъ причиняетъ корсетъ вашему тѣлу, я укажу, что и кости ваши страдаютъ отъ этихъ аппаратовъ.

Грудная клѣтка отдѣляется внизу перепонкой, которая, въ видѣ свода, вдается въ грудную полость. При вдыханіи эта перепонка изъ сферической дѣлается плоской, и поэтому грудная полость еще больше расширяется. Перепонка эта имѣетъ еще то значеніе, что съ одной стороны она дѣйствуетъ на легкія, какъ насосъ, а съ другой, какъ пресъ на желудочные органы. При правильномъ дыханіи желудокъ, печень, селезенка и кишки слегка надавливаются перепонкою. Надавливаніе это, дѣйствуя какъ массажъ, содѣйствуетъ отправленіямъ этихъ органовъ, такъ какъ облегчаетъ и способствуетъ кровообращенію въ желудкѣ, выдѣленію питательныхъ соковъ и движенію въ кишкахъ принятой пищи.

Теперь представьте себѣ, каково можетъ быть движеніе (при дыханіи) перепонки, если она должна помѣстится въ узкомъ кольцѣ таліи, сжатой въ корсетѣ.

Да, милостивыя государыни, хотя вы и не доходите до такихъ крайностей, какъ нѣкоторыя безумныя модницы, но все-таки испытываете вредное

дѣйствіе корсета на желудочные органы. Припомните только то стѣсненіе въ желудкѣ послѣ нѣсколько обильной ѣды, колики и различныя, вашему только полу свойственныя, неправильности и страданія въ извѣстные промежутки времени. И все это терпите вы ради хорошенькой фигурки, расчитанной исключительно на возбужденіи зависти вашихъ подругъ.

Вы возражаете, впрочемъ, что „никому до этого нѣтъ никакого дѣла, что это только васъ однѣхъ касается“. Пожалуй, вы были-бы отчасти правы, если бы только сами лично дѣлались жертвами собственной легкомысленности. Но развѣ вы не знаете, сколько невинныхъ жертвъ страдаетъ вмѣстѣ съ вами и изъ-за васъ? Мужъ вашъ, дѣти и прислуга могли бы многое разсказать о вашихъ капризахъ и недомоганіяхъ, происходящихъ отъ сжатія желудочныхъ органовъ. Профессоръ Кундратъ въ Вѣнѣ вполнѣ справедливо называетъ корсетъ злымъ духомъ современной семейной жизни, роковымъ образомъ дѣйствующимъ на расположеніе духа женщины. „Корсетъ, говоритъ онъ — это, если не мать, то во всякомъ случаѣ свекровь нервозности нашихъ дамъ“.

А кто принужденъ трудиться и работать, часто нагибаться, поднимать тяжести, работать на швейной машинѣ и при этомъ растягивать грудную перепонку, тому узкая одежда приноситъ громадный вредъ. Страданія желудочныхъ органовъ у швей

есть явленіе всѣмъ извѣстное, а женская прислуга тоже не уступаетъ имъ въ этомъ отношеніи.

Странно, но, къ сожалѣнію, является несомнѣннымъ фактомъ то, что эти труженицы, такъ тяжело зарабатывающія свой кусокъ хлѣба, стараются размѣрами таліи подражать тѣмъ элегантнымъ барышнямъ, на которыхъ онѣ работаютъ.

Въ нормальномъ человѣческомъ тѣлѣ лежатъ одинъ возлѣ другого: печень, желудокъ и селезенка. Это весьма важные органы, потому что благодаря правильному ихъ отправленію принимаемая нами пища превращается въ тѣло и кровь, въ теплоту и жизненную силу. Въ этой исправной мастерской работа никогда не прекращается. Органы эти постоянно то наполняются, то опоражниваются. Можно ли послѣ этого назвать разсудительнымъ того, кто на такіе полезные органы налагаетъ оковы?

При сжиманіи таліи корсетомъ, печень занимаетъ почти все пространство, гдѣ нормально долженъ помѣщаться желудокъ и селезенка. Вслѣдствіе постояннаго давленія печень должна даже опуститься къ низу и сдвинуть прямую кишку со своего мѣста. Поперечная часть прямой кишки, благодаря этому, загибается въ видѣ петли, потому что въ нормальномъ, вытянутомъ положеніи она не можетъ тамъ помѣститься. Желудокъ, сдавленный печенью и селезенкой, изъ горизонтальнаго приходитъ почти въ отвѣсное положеніе, а утолщенная его часть, вслѣдствіе напора кишокъ, вытягивается

въ формѣ колбасы. Эти извращенія даютъ понятіе о вредныхъ послѣдствіяхъ шнуровки.

Не думайте, что только для большей убѣдительности я привелъ какой-нибудь исключительный случай,—смѣю васъ увѣрить, что въ теченіе послѣднихъ двухъ лѣтъ, въ тридцати случаяхъ, при вскрытіи, въ нашемъ госпиталѣ наблюдались такія же неправильности въ положеніи грудныхъ и желудочныхъ органовъ, явившихся слѣдствіемъ шнурованія. Въ особенности желудокъ страдалъ отъ этого, а иногда встрѣчались въ немъ серьезныя поврежденія. Вслѣдствіе эпидемическаго характера моды на корсетъ, даже среди рабочихъ классовъ, мы замѣтили у *пятой части* всѣхъ анатомируемыхъ въ госпиталѣ женскихъ труповъ нарывы на желудкѣ.

Страданія эти, говоря правду, происходятъ также отъ способа сжиманія таліи, нами до сихъ поръ не разсмотрѣннаго. Нѣкоторыя женщины и дѣвушки, не носящія корсета, слишкомъ крѣпко стягиваютъ выше бедеръ тесемки, поддерживающія платья и юбки; вслѣдствіе этого довольно часто появляются глубокія борозды на печени и желудкѣ, которыя служатъ причиной разныхъ недомоганій и даже серьезныхъ болѣзней. Доктору женщины эти объясняютъ, что, стягивая талію тесемками, онѣ хотѣли избѣгнуть вреднаго вліянія корсета; носящія же корсетъ приводятъ въ свое оправданіе то, что онъ избавляетъ ихъ отъ сжиманія тесемокъ.

Милостивыя государыни, вы вѣроятно не знаете, что для укрѣпленія платьевъ совершенно лишняя

вещь корсетъ и тесемки. Припомните тѣ скромные лифчики, къ которымъ пристегивались ваши платьица, когда вы были маленькими дѣвочками, и въ которыхъ вамъ было такъ свободно и ловко! Теперь, когда вы стали взрослыми женщинами, вамъ особенно слѣдуетъ охранять извѣстные органы, вполнѣ развившіеся, отъ значительной тяжести платьевъ и возложить эту тяжесть на другое мѣсто, болѣе тому соотвѣтствующее, благодаря обилію костей,—а именно на плечи. Чтобы разсѣять ваше предубѣжденіе, я долженъ вамъ сообщить, что уже сотни женщинъ, бросившихъ корсетъ, въ настоящее время замѣнили его нормальнымъ лифомъ. Благодаря этому нормальному лифу, онѣ чувствуютъ себя прекрасно, а что самое главное, всѣ восхищаются свѣжестью ихъ лицъ, отличнымъ видомъ и сложеніемъ, словомъ, онѣ нравятся всѣмъ. При этомъ, таліи ихъ, хотя и не стянуты, вовсе не кажутся неуклюжими, да и вообще слишкомъ тонкая талія у женщины не производитъ эстетическаго впечатлѣнія. Вѣдь элегантныя дамы носятъ роскошные пеньюары (matinée), и, несмотря на сравнительно широкую натуральную талію, отлично въ нихъ выглядятъ. Такъ къ чему же эти осиныя таліи, которыя дѣлаются искусственнымъ образомъ при помощи корсета—въ ущербъ здоровья?

Лифчики эти легко сшить изъ любой матеріи; при снятіи мѣрки женщина должна поднять руки къ верху и дышать полной грудью. Для молодыхъ дѣвицъ самая лучшая одежда—безъ талій, составляющая одно цѣлое съ платьемъ. Взрослыя дѣвушки должны носить какъ можно дольше блузы, не стягивая ихъ сильно кушакомъ, потому что въ противномъ случаѣ вредъ, причиняемый кушакомъ, будетъ тотъ же, что и вредъ отъ корсета.

Здоровье нашихъ женщинъ много бы выиграло уже отъ того, если-бы каждая дѣвочка съ юныхъ лѣтъ вплоть до періода полнаго развитія избѣгала всякой тѣсной одежды. Къ этому времени (въ періодъ зрѣлости) ребра пріобрѣтаютъ уже достаточно силы и упругости для сопротивленія опаснымъ уродствамъ, возникающимъ отъ шнурованія грудной клѣтки въ дѣтскомъ возрастѣ.

Если вамъ придется встрѣтить молодую женщину, полную силъ и здоровья, несмотря на носимый корсетъ, то будьте увѣрены, что этимъ она должна быть обязана осмысленной свободной одеждѣ, которую носила въ юности".

Мы съ своей стороны, присоединяясь къ этому мнѣнію, позволяемъ себѣ сдѣлать маленькую оговорку. Все, что касалось вреда, причиняемаго корсетомъ, главнымъ образомъ зависѣло отъ чрезмѣрнаго шнурованія; но для пріобрѣтенія изящной фигуры нѣтъ никакой надобности затягиваться. Мы лично, разсматривая вопросъ съ точки зрѣнія элегантности, къ прискорбію должны признать корсетъ, какъ неизбѣжное зло, находящееся въ непосредственной связи съ господствующей нынѣ модой, но признать его настолько, насколько корсетъ необходимъ для того, чтобы платье сидѣло лучше, не

мѣшая движеніямъ и не стѣсняя никакихъ органовъ. Такой корсетъ долженъ быть безусловно гибокъ, изъ тонкой матеріи и вполнѣ соотвѣтствовать фигурѣ. Корсеты слѣдуетъ пріобрѣтать въ извѣстныхъ магазинахъ, хотя хорошіе—стоятъ сравнительно дорого. Лица, которымъ такіе корсеты не по средствамъ, должны лучше отказаться отъ этой роскоши, чѣмъ носить дешевые корсеты, которые помимо того, что гибельно вліяютъ на здоровье, скорѣе уродуютъ, чѣмъ прикрашиваютъ фигуру. Модницамъ надо разъ навсегда запомнить, что осиная талія далеко еще не придаетъ женщинѣ элегантности. Задача моды не уродовать природу, а выдвигать достоинства, красоты фигуры и скрывать ея недостатки.

Въ особенности же полнымъ слѣдуетъ избѣгать затягиванія. Въ наивномъ убѣжденіи, что, затягиваясь, онѣ скрываютъ свою полноту, эти дамы не замѣчаютъ, что полнота ихъ еще болѣе выдѣляется отъ шнурованія.

Наконецъ, современная мода дала типъ лифа, который можно свободно носить безъ корсета, или при такъ называемомъ „лѣнивомъ корсетѣ“—это „рубашечки“ и „блузы“; стянутыя въ таліи широкимъ кушакомъ, съ красивой пряжкой—онѣ очень изящны и элегантны. Предоставляя на усмотрѣніе нашихъ читательницъ—слѣдовать или неслѣдовать совѣту почтеннаго доктора, перейдемъ къ дальнѣйшему элегантному туалету.

Подвязки. Долгое время доктора нападали на подвязки, которыя, сжимая ногу ниже колѣнъ, мѣшали правильному кровообращенію, пока, наконецъ, не изобрѣли типъ подвязокъ, въ которомъ устраненъ этотъ недостатокъ: мы говоримъ о такъ называемыхъ „гигіеническихъ подвязкахъ“, поддерживающихъ чулокъ при помощи особой застежки, прикрѣпленной на резиновой лентѣ къ такому же поясу. Эти подвязки, помимо своей гигіеничности, гораздо изящнѣе обыкновенныхъ и лучше натягиваютъ чулокъ, отчего нога кажется стройнѣе.

Чулки. По цвѣту чулокъ всегда можно узнать элегантную женщину. Во-первыхъ, она никогда не надѣнетъ бѣлыхъ нитяныхъ чулокъ, которые, увеличивая размѣръ ноги, терпимы только при безукоризненной чистотѣ; во-вторыхъ, она никогда не надѣнетъ свѣтлыхъ чулокъ, если ея нога не вполнѣ безукоризненныхъ очертаній. Темные (черные) чулки скрываютъ всѣ недостатки, какъ напр. выдающіяся щиколки, слишкомъ толстыя икры, и гармонируютъ со всякой обувью.

Свѣтлые, цвѣтные чулки допускаются лишь при свѣтломъ бальномъ или лѣтнемъ туалетѣ и кромѣ того они должны гармонировать какъ съ платьемъ, такъ и съ обувью. Существуетъ слѣдующее правило: чулки должны быть свѣтлѣе, а обувь темнѣе платья, причемъ у элегантной женщины всѣ эти три принадлежности туалета будутъ одного цвѣта, но разныхъ оттѣнковъ.

Обувь. Кто изъ мужчинъ съ особеннымъ удовольствіемъ не останавливался взглядомъ на малень-

кой, изящно обутой ножкѣ, кокетливо выглядывающей изъ-подъ приподнятаго платья! Женщина можетъ произвести чарующее впечатлѣніе своей наружностью, красивымъ, хорошо сшитымъ туалетомъ; но, разъ нога ея окажется въ неуклюжей обуви—половина очарованія исчезаетъ, и никогда такая небрежная модница не заслужитъ названія элегантной.

Прежде всего обувь должна быть по ногѣ: не узка и не широка. Узкая обувь замѣтна съ перваго взгляда и нога, искалѣченная такой обувью, непріятно поражаетъ своимъ уродствомъ. При узкой обуви походка становится неестественной, принужденной, благодаря чему врожденная грація теряется; то же самое можно сказать и по поводу высокихъ каблуковъ. Высокій каблукъ, правда, увеличиваетъ ростъ, но онъ пагубно вліяетъ на общую грацію движеній.

Маленькія туфельки очень красивы на ногѣ съ высокимъ подъемомъ. Низкій подъемъ въ этомъ случаѣ непремѣнно слѣдуетъ маскировать пышнымъ бантомъ. Длинная узкая нога, съ низкимъ подъемомъ, хотя и считается „аристократической“, но не совсѣмъ отвѣчаетъ требованіямъ строгой красоты ноги.

Для того, чтобы нога была всегда элегантно обута, надо имѣть нѣсколько паръ ботинокъ, полусапожекъ и туфель. Этимъ пріобрѣтается значительная экономія въ носкѣ и кромѣ того обувь не такъ

скоро теряетъ свою форму; разношенная же обувь сильно утомляетъ ногу.

Ботинки, которыя одѣваютъ для прогулки, не слѣдуетъ носить дома. Вообще, условія гигіены требуютъ, чтобы нога была переобута нѣсколько разъ въ день.

Шляпка. Это, кажется, единственная, принадлежность дамскаго туалета, которая рѣшительно не поддается какимъ бы то ни было совѣтамъ и наставленіямъ относительно того, какой фасонъ выбирать и кому какой лучше идетъ. Все зависитъ отъ индивидуальныхъ особенностей лица, фигуры и роста. Посовѣтовать можно лишь не носить шляпокъ послѣднихъ фасоновъ, которыя, пока къ нимъ не приглядятся, кажутся очень эксцентричными и рѣжутъ глаза. Предоставьте вводить моду на шляпки тѣмъ дамамъ, которыя не особенно боятся осужденія, даже игнорируютъ всякое мнѣніе, преслѣдуя лишь цѣль чѣмъ либо выдвинуться и обратить вниманіе мужчинъ. Рѣдко что-либо такъ скоро приглядывается, какъ шляпка; поэтому элегантнымъ женщинамъ совѣтуемъ лучше имѣть для сезона нѣсколько простенькихъ шляпокъ, нежели одну дорогую.

Перчатки элегантнѣе шведскія, чѣмъ лайковыя; предпочтительнѣе свѣтлыя—темнымъ; длинныя—короткимъ.

Зонтикъ. Относительно зонтика трудно что-либо сказать: все зависитъ отъ цѣнности его, но длинная изящная ручка у зонтика—обязательна.

Вѣера бываютъ всевозможныхъ форматовъ и дѣлаются изъ различныхъ матеріаловъ. Лѣтомъ допускается лишь пальмовый или бумажный, настоящій китайскій. Постоянно держать въ рукахъ вѣеръ не слѣдуетъ: это доказываетъ, что женщина не знаетъ, что дѣлать иначе со своими руками.

Прическа.

Ничто такъ не мѣняетъ лицо человѣка, какъ прическа. Нѣтъ надобности подтверждать примѣрами эту старую, избитую истину: каждый могъ убѣдиться въ ней по личному опыту или наблюденіямъ. Весьма часто, при видѣ разительной перемѣны въ лицѣ, происшедшей въ самый короткій промежутокъ времени, мы сами себѣ иногда не можемъ отдать отчета: въ чемъ тутъ дѣло? Мы видимъ ту же барышню въ домашней обстановкѣ и на балу: тѣ же глаза, носъ, губы, а между тѣмъ, это лицо, здѣсь, на балу, кажется и милѣе, и изящнѣе, даже красивѣе... Въ чемъ же причина? Вы отвѣтите, быть можетъ, что причиной подобной перемѣны служитъ яркое освѣщеніе, бальный туалетъ, наконецъ, оживленіе, которое безспорно краситъ всякое лицо. Положимъ, все это совершенно справедливо, но повѣрьте, что и искусство парикмахера, причесывавшаго эту головку, играетъ здѣсь не послѣднюю роль...

Нельзя не отмѣтить того замѣчательнаго факта,

что нѣтъ такого, даже идеально красиваго лица, которому одинаково шла бы всякая прическа. Конечно, прическа изъ дурнушки не сдѣлаетъ красавицу, но съ другой стороны, и античный профиль Венеры много пострадалъ бы отъ чолки. Прическа, сообразная съ типомъ и характерными особенностями лица, не только краситъ, но и скрываетъ многіе весьма существенные его недостатки; такимъ образомъ, высокая прическа маскируетъ излишнюю полноту лица, тогда какъ низкая скрываетъ худобу его.

Изъ всего сказаннаго очевидно то громадное значеніе, какое каждая элегантная женщина должна придавать своей прическѣ. Понятно, что не всякіе волосы можно уложить въ извѣстную прическу: то, что возможно для длинныхъ, густыхъ волосъ—немыслимо для короткихъ и рѣдкихъ, и наоборотъ, хотя преимущество всегда остается за первыми. Каковыми бы, впрочемъ, волосами не была одѣлена природой женщина, она всегда должна заботиться объ ихъ сохраненіи, помня, что это одно изъ главныхъ ея украшеній.

Матери обязаны съ малолѣтства пріучать своихъ дочерей къ разумному уходу за волосами. Употребленіе всевозможныхъ средствъ для приданія волосамъ блеска, мягкости, противъ перхоти, выпаденія волосъ и проч., представляя собою лишь непроизводительную трату денегъ, скорѣе вредны, чѣмъ полезны. При болѣзненныхъ явленіяхъ въ волосахъ лучшее средство — помощь спеціалиста врача.

Изъ всѣхъ многочисленныхъ косметическихъ средствъ для волосъ, какъ исключеніе можно допустить спрыскиваніе ихъ изъ пульверизатора разбавленными водой спиртовыми ароматическими водами, что освѣжаетъ голову и благотворно вліяетъ на волосы.

Гребень долженъ быть по возможности черепаховый: благодаря хорошей шлифовкѣ, зубы его не задѣваютъ за волосы, не вырываютъ ихъ и, кромѣ того, его легче содержать въ чистотѣ. Гребни изъ целулоида (имитаціи) лучше другихъ замѣняютъ черепаховые, хотя сильно уступаютъ этимъ послѣднимъ. Безусловно слѣдуетъ избѣгать металлическихъ гребней, опасныхъ въ томъ отношеніи, что они легко могутъ повредить корни волосъ и разбередить прыщики иногда появляющіяся на кожѣ.

Шпильки въ настоящее время, къ счастью, употребляются исключительно легкія и небольшого размѣра. Лучшія шпильки изъ целулоида, если нѣтъ возможности пріобрѣсти черепаховыхъ: онѣ довольно прочны и, благодаря своей легкости, не утомляютъ головы.

Щетки, какъ и всѣ принадлежности для чесанія, должны содержаться въ безукоризненной чистотѣ. Слѣдуетъ имѣть двѣ щетки: одну мягкую, для стряхиванія съ волосъ пыли, излишней пудры и проч. и жесткую для разчесыванія въ тѣхъ случаяхъ, когда волосы спутываются и если это невозможно сдѣлать гребнемъ.

Щипцы для завивки волосъ можно допускать лишь какъ крайность; предпочтительнѣе, съ точки зрѣнія гигіены, такъ называемая, завивка на бумажкахъ. Отъ завивки сильно нагрѣтыми щипцами волосы теряютъ свой блескъ и цвѣтъ и, кромѣ того, скоро высыхаютъ, мертвѣютъ и выпадаютъ. Поэтому, щипцами злоупотреблять не слѣдуетъ, и во всякомъ случаѣ предварительно смачивать волосы водой пополамъ со спиртомъ, чтобы избѣжать такъ часто случающагося подпаливанія волосъ.

Завивка на папильоткахъ имѣетъ то неудобство, что дѣйствуетъ слишкомъ медленно, дѣлается большею частью на ночь, въ теченіе которой волосы находятся въ неестественномъ, напряженномъ состояніи. Чтобы завить волосы не утомляя ихъ, лучше всего по возможности естественнѣе свернуть на ночь отдѣльныя пряди въ формѣ спиралей, слегка заколоть ихъ тоненькими шпильками и прикрыть густой сѣткой, filet-front. Для папильотокъ очень часто берутъ бумагу первую попавшуюся подъ руку, напр. обрывокъ газеты, афиши и проч., а между тѣмъ типографская краска этихъ печатныхъ обрывковъ можетъ весьма гибельно повліять на волосы; такимъ образомъ, рекомендуемъ нашимъ читательницамъ въ данномъ случаѣ употреблять исключительно чистую, непроклеенную бумагу.

Цвѣты, эгретки и т. п. украшенія прически слѣдуетъ носить и выбирать крайне осмотрительно, соображаясь съ цвѣтомъ волосъ, размѣрами головы,

а главное—съ ростомъ. Всѣ эти украшенія должны выглядѣть такъ, какъ будто они попали на голову случайно; извѣстная художественная небрежность при этомъ необходима. Лучшія изъ этихъ украшеній—живые цвѣты: ихъ свѣжесть какъ бы молодитъ лицо, а чудный ароматъ не можетъ сравниться ни съ какими духами. Жемчужныя нитки, брилліантовыя шпильки въ формѣ бабочекъ, звѣздъ и проч., хотя очень эффектны, но имѣютъ тотъ существенный недостатокъ, что производятъ впечатлѣніе чего-то тяжелаго; обладательницы ихъ большею частью держатъ голову неестественно, несвободно, по той простой причинѣ, что боятся какимъ-нибудь рѣзкимъ движеніемъ обронить и потерять эти драгоцѣнности, а все это отзывается на граціи и простотѣ движеній, являющимися необходимыми условіями элегантности. Во всякомъ случаѣ рекомендуемъ не злоупотреблять этими украшеніями и не дѣлать изъ своей головы витрины ювелира.

* * *

Переходя спеціально къ прическѣ, мы должны высказать мысль, которая многимъ, быть можетъ, покажется парадоксальной, а именно: что *прическа не должна подчиняться капризамъ моды*, и что слѣдуетъ носить *не модную* прическу, а ту, *которая лучше всего идетъ къ данному типу лица*. Насколько несостоятельны всѣ попытки законодателей и законодательницъ создавать моду на прически видно уже изъ того, что простая, естественная прическа: гладко зачесанные волосы и коса—пережила многія столѣтія, тогда какъ современныя—мѣняются чуть-ли не съ каждымъ годомъ. Мода на прически, какъ и всякая мода, создаетъ свои образцы и модели для того, чтобы скрыть тотъ или другой физическій недостатокъ и, наоборотъ, выдвинуть всѣ красоты лица и фигуры. Къ чему же уродовать себя нелѣпой и, съ эстетической точки зрѣнія, далеко не изящной чолкой, если обладаете хорошей косой и красивымъ, умѣреннымъ лбомъ? Но тамъ, гдѣ волосы рѣдки или, какъ ихъ называютъ, „жидки“, лобъ слишкомъ великъ, приходится, изощряться, чтобы скрыть съ одной стороны недостатокъ волосъ, а съ другой—некрасивый лобъ. Такимъ образомъ появились всевозможныя прически.

Вопросъ, кому какая прическа наиболѣе подходитъ, наиболѣе отвѣчаетъ требованіямъ эстетики и элегантности—вопросъ, зависящій отъ множества причинъ, и, главнымъ образомъ, отъ возраста лица, состоянія его волосъ, его роста, особенностей типа головы и лица. Разберемъ въ общихъ чертахъ каждое изъ этихъ условій, вліяющихъ на характеръ прически.

Возрастъ. Что красиво въ молодости, то безобразно въ старости; эту истину должны имѣть въ виду всѣ молодящіяся старушки. Хотя женщина до глубокой старости должна быть элегантной, но никогда не переступать ту границу, за которой она становится смѣшной. Чолка, придающая ко-

кетливый, плутоватый видъ свѣженькому личику шестнадцатилѣтней дѣвушки, при дряблом и морщинистомъ лицѣ, хотя бы даже тщательно загримированномъ косметиками, и смѣшна, и безобразна... Гладко зачесанные назадъ волосы, кружевная косынка, скрывающая печальные остатки волосъ на затылкѣ, придаютъ пожилой женщинѣ почтенный и солидный видъ. Помните, mesdames, что лучше на нѣсколько лѣтъ раньше уйти съ арены молодости, чѣмъ опоздать это сдѣлать. Въ первомъ случаѣ вы заслужите одно лишь уваженіе, во второмъ—обидныя насмѣшки...

Состояніе волосъ.

Съ самыхъ давнихъ временъ прекрасные волосы считались однимъ изъ лучшихъ украшеній женщины и поэтизировались въ народныхъ сказаніяхъ и пѣсняхъ.

Въ настоящее время прекрасная, густая и длинная коса сдѣлалась такою относительною рѣдкостью, что появленіе дѣвушки съ такой косой на улицѣ или въ собраніи вызываетъ общее удивленіе и подозрѣніе въ ея натуральномъ происхожденіи. Почти совершенное отсутствіе прекрасныхъ женскихъ волосъ преимущественно замѣчается въ большихъ городахъ: еще въ деревнѣ, у женщинъ, живущихъ „на лонѣ природы“, встрѣчаются хорошіе волосы, горожанки же въ огромномъ большинствѣ принуждены носить въ лучшіе годы жизни жидкія косички.

Уже одно это обстоятельство указываетъ на то, что волосы гибнутъ и теряютъ свою красу, вслѣдствіе негигіеническаго образа жизни.

Волосы устроены изъ такой же роговой ткани, какъ рога, перья и т. д.; ихъ луковицеобразный корень помѣщается въ особомъ мѣшечкѣ, на днѣ котораго находятся кровеносные сосуды, питающіе волосъ. Въ стѣнкахъ мѣшечка находятся гладкія (непроизвольныя) мышечныя волокна, сокращеніе которыхъ выправляетъ волосъ,—явленіе, наблюдаемое иногда подъ вліяніемъ сильныхъ нервныхъ впечатлѣній, страха и т. п. Волосъ растетъ съ корня: наростающія на немъ новыя части выдвигаютъ все болѣе и болѣе старыя и волосъ постепенно удлиняется. Если не стричь волосъ, то достигнувъ извѣстной длины, различной у различныхъ лицъ, они перестаютъ расти; подстриженные же волосы растутъ непрерывно. Въ корнѣ сосредоточено все питаніе волоса; въ стволъ его попадаетъ очень незначительное количество питательныхъ соковъ: жиръ, смазывающій волосъ, и жидкости окрашивающія его. Такъ какъ волосные мѣшечки сидятъ въ кожѣ, то ростъ и питаніе волоса обусловливается обиліемъ и качествомъ питательныхъ соковъ кожи. Изъ этого вполнѣ очевидна тѣсная связь надлежащаго питанія волосъ съ нормальнымъ состояніемъ кожи.

Причины, вредящія нормальному росту волосъ, чрезвычайно многочисленны и разнообразны. Къ этимъ причинамъ относятся: тяжкія, острыя и

хроническія болѣзни, слишкомъ большая сухость или излишняя влажность воздуха (послѣдняя, повидимому, вреднѣе первой для волосъ, такъ напримѣръ, пребываніе съ непокрытой головой на лѣтней росѣ весьма гибельно дѣйствуетъ на волосы), ненадлежащій образъ жизни (особенно недостатокъ сна, обращенія ночи въ день и наоборотъ), сильныя и часто повторяющіяся нервныя потрясенія, наконецъ мѣстныя страданія кожи, т. е. различныя сыпи, особенно тѣ пораженія кожи, которыя являются слѣдствіемъ худосочій.

Изъ этого перечисленія главнѣйшихъ причинъ, дѣйствующихъ неблагопріятно на красоту волосъ, почти сами собою выясняются гигіеническія мѣры, потребныя для охраненія этой красоты...

И здѣсь, какъ вездѣ, на первомъ мѣстѣ стоитъ самая педантическая чистота. Въ виду этого многіе совѣтуютъ мыть голову съ мыломъ два-три раза въ недѣлю или покрайней мѣрѣ одинъ разъ. Практически такой совѣтъ трудно исполнимъ для женщинъ: извѣстно, что мытье головы составляетъ для нихъ крайне трудную операцію. Дѣлая здѣсь возможную уступку, все же необходимо настаивать на тщательномъ мытьѣ головы тепловатою водою съ мыломъ два или по меньшей мѣрѣ одинъ разъ въ мѣсяцъ. Расчесывая утромъ волосы, полезно предварительно смачивать кожу у самыхъ корней, при помощи щетки, смоченной въ охлажденномъ растворѣ одной чайной ложки нашатырнаго спирта въ кипяткѣ съ прибавленіемъ 15 капель камфарнаго

спирта. Средство это не только очищаетъ покрытую волосами кожу, но и слегка раздражаетъ волосные мѣшечки, что необходимо для приданія волосу надлежащей толщины и крѣпости. Но суть гигіены волосъ состоитъ въ частомъ, не менѣе двухъ разъ въ день, расчесываніи ихъ сперва довольно жесткой щеткой, а затѣмъ поперемѣнно частымъ гребнемъ и гребенкой. Расчесываніе должно производить безъ малѣйшаго насилія, причемъ пряди не слѣдуетъ заплетать слишкомъ туго. Смачиваніе волосъ различными маслами и помадами можно совѣтывать только въ тѣхъ случаяхъ, когда кожа и волосы чрезвычайно сухи, отчего волосы начинаютъ раздваиваться—явленіе, которое обозначаютъ выраженіемъ: *волосы сѣкутся*.

Употребленіе примочекъ съ различными вяжущими веществами (хинная кора, дубильная кислота или танинъ и т. п.) скорѣе вредно, чѣмъ полезно, ибо, стягивая кожу, подобныя вещества затрудняютъ притокъ къ ней питательныхъ соковъ.

Ростъ. Высокая прическа увеличиваетъ ростъ, низкая—его уменьшаетъ; отсюда ясно, что высокія ростомъ женщины должны избѣгать высокой прически и наоборотъ. Въ одномъ лишь случаѣ у женщины большаго роста допускается высокая прическа, когда голова ея непропорціально съ туловищемъ мала, а женщинѣ маленькаго роста обязательна низкая прическа, когда голова и лицо ея велики сравнительно съ туловищемъ.

Особенности типа головы и лица. Здѣсь главную

роль играютъ чолка, гривка и т. п. пряди волосъ, спускающіяся на лобъ. Да будетъ услышано всѣми нашими читательницами, что никогда не слѣдуетъ скрывать волосами лобъ умѣренныхъ размѣровъ, красиваго, изящнаго профиля, такъ какъ этимъ скрывается половина красоты лица, а при низкомъ лбѣ, когда чолка доходитъ чуть-ли не до самыхъ бровей, лицо становиться просто комичнымъ, приближаясь сходствомъ къ нѣкоторымъ, хотя и хорошенькимъ, но все же звѣрькамъ... Существуетъ выраженіе „мыслящій лобъ“ и это совершенно справедливо; закройте этотъ лобъ—и вы увидите разительную перемѣну къ худшему въ лицѣ. Къ чему же скрывать тогда эту красу, дарованную намъ свыше, подъ прядями своихъ, а зачастую и чужихъ волосъ... Итакъ, чолка допускается только тогда, когда приходится скрывать некрасивый, неправильный лобъ, и то въ зависимости отъ типа лица: игривому, веселому лицу она еще идетъ, серьезному же и задумчивому—никогда.

Въ общемъ, лучшая прическа—самобытная, оригинальная; такая прическа кладетъ извѣстную печать на лицо, дѣлаетъ его типичнымъ, выдѣляетъ изъ массы, а слѣдовательно заинтересовываетъ, что и требовалось доказать всякой кокетливой и элегантной женщинѣ...

* * *

Въ заключеніе приведемъ маленькій историческій очеркъ головныхъ уборовъ и прическъ у древнихъ

римлянокъ, такъ какъ они послужили прототипами всѣхъ послѣдующихъ прическъ и уборовъ, а современная мода по большей части къ нимъ же возвращается.

Щеголихи древняго Рима особенное вниманіе обращали на прическу и имѣли для этого сотни моделей; жена императора-философа Марка-Аврелія въ теченіе девятнадцати лѣтъ появлялась въ обществѣ въ 300 различныхъ прическахъ. Овидій говоритъ, что „легче перечесть число жолудей у раскидистаго дуба, чѣмъ сосчитать всѣ роды прическъ у женщинъ“. Употреблялись прически *любовныя*, *воинственныя*, прически формъ *лиры*, *пальмы*, *плакучей ивы*, и, несомнѣнно самая красивая,—*олимпійская* прическа, которой до сихъ поръ любуются на головѣ Юноны.

Всѣ эти варіаціи головныхъ уборовъ можно привести къ двумъ типамъ: часть волосъ, завитыхъ сзади головы щипцами, обхватывалась золотымъ обручемъ, (vitulla aurea) часто украшеннымъ драгоцѣнными каменьями, причемъ остальные волоса свободно распускались по плечамъ,—это одинъ типъ; другой—волоса разбивались на нѣсколько косъ, которыми обвивали голову и связывали ихъ всѣ на верхушкѣ головы въ одинъ узелъ (in vertice nodus), проколотый длинной шпилькой.

Искусственные волосы, шиньоны, даже парики, весьма часто употреблялись у римлянокъ.

Для завивки волосъ римлянки пользовались услугой рабынь, по меньшей мѣрѣ трехъ: одна для завивки волосъ, другая обливала ихъ благовонными маслами,

а третья прикалывала. Всѣ три назывались: ornatrices. Одинъ изъ барельефовъ во флорентинскомъ музеѣ изображаетъ всѣхъ этихъ рабынь за работой, окруженныхъ различными принадлежностями головного туалета: подушка для булавокъ, металлическія щипцы для завивки, шкатулка съ благовоніями и проч.

Ornatrices, прежде чѣмъ допускались къ ремеслу, должны были пройти искусъ въ наукѣ по крайней мѣрѣ въ теченіе трехъ мѣсяцевъ. Два мѣсяца практики считались недостаточными и не давали права на самостоятельное занятіе.

Приготовленіе головного туалета начиналось еще наканунѣ, съ вечера. Рабыня, называющаяся cinifione при помощи щипцовъ и булавокъ, acus crinales, подготовляли прическу, потомъ накладывали на ночь calantica, родъ пузыря. Поднявшись утромъ съ постели римская дама снимала съ лица тѣстообразную массу, сохранявшую нѣжность и бѣлизну кожи, и и отдавалась въ руки искусной cinifione, которая распускала волосы, вычесывала ихъ *щеткой* и старательно расчесывала гребнемъ изъ слоновой кости. Являлась рабыня съ благовоніями, обливала волоса душистыми маслами и снова давала мѣсто первой cinfione. Эта послѣдняя, при помощи металлическихъ щипцовъ (calamister) разогрѣвавшихся въ горячей золѣ, завивала волосы и укладывала ихъ локонами на вискахъ, на челѣ, сзади и по бокамъ головы.

Тогда только голова римлянки переходила въ

руки искусной рабыни-художницы (ornatrix), которая изъ готоваго матеріала воспроизводила куаферные шедевры, пользуясь цѣлымъ приборомъ діадемъ, колецъ, шпилекъ золотыхъ, серебряныхъ и слоновой кости. Эти послѣднія употреблялись двоякаго рода: короткія и безъ головокъ, crinales или comatoriae, служили для укрѣпленія локоновъ; длинныя, съ искусно выточенными головками, иногда очень цѣнныя, поддерживали косы, укрѣпляли цвѣты на головѣ и служили украшеніемъ.

Нѣсколько такихъ шпилекъ сохранились до настоящаго времени; длиною 7—8 дюймовъ, онѣ оканчиваются статуэтками Амура, Психеи, Венеры и др. Часто употребляли ихъ вмѣсто кинжаловъ.

Бывали шпильки полыя внутри и наполнялись ядомъ. По мнѣнію Свѣтонія, Клеопатра погибла не отъ аспида, а лишила себя жизни при помощи яда, который носила въ шпилькѣ отъ волосъ.

Духи.

Къ числу косметическихъ средствъ принадлежатъ духи. Духи, хотя и не оказываютъ вреднаго вліянія на здоровье, но нѣсколько ослабляютъ первную систему, и то при чрезмѣрномъ ихъ употребленіи, но лучше, конечно, ихъ избѣгать, какъ всего того, что неестественно, дѣланно. Счастливъ тотъ, кому нѣтъ надобности употреблять духовъ: чарующій ароматъ молодости, молодого, здороваго тѣла— не нуждается ни въ какихъ прикрасахъ! Необхо-

димость прибѣгать къ духамъ является, главнымъ образомъ, слѣдствіемъ непріятныхъ, но неизбѣжныхъ выдѣленій кожи. Тонкій ароматъ, исходящій отъ платья, тѣла, волосъ хорошенькой женщины, всюду сопутствующій ей, окружающій ее какой-то душистой оболочкой, возбуждаетъ нервы, опьяняетъ, однимъ словомъ, дѣйствуя на обоняніе, дополняетъ то впечатлѣніе, которое мы выносимъ о женщинѣ, любуясь ею глазами. Можно сказать больше: ароматъ этотъ усиливаетъ впечатлѣніе... но не на долго. Ничто такъ не надоѣдаетъ, какъ запахъ. Запахъ, особенно сильный, дѣйствуя, какъ всякій наркозъ, сначала возбуждаетъ нервы, ласкаетъ обоняніе, но потомъ, когда человѣкъ пресытится имъ, когда возбужденіе дойдетъ до своего апогея, и наступаетъ реакція, запахъ этотъ становится невыносимымъ, противнымъ, а вмѣстѣ съ нимъ теряетъ много въ своемъ обаяніи то или тотъ, что издаетъ его. Возьмите, напримѣръ, розу: какъ дивно гармонируетъ съ нѣжными очертаніями, пышнымъ дѣвственнымъ цвѣтомъ ея чудный ароматъ! Но подержите въ комнатѣ день или два букетъ этихъ же розъ—и запахъ будетъ уже просто противнымъ...

Отсюда можно вывести полезный совѣтъ дамамъ, слишкомъ злоупотребляющимъ духами; избѣгать крѣпкихъ, рѣзкихъ духовъ, или же пользоваться ими въ самомъ ограниченномъ количествѣ; не избирать какихъ-либо однихъ, „любимыхъ“ духовъ, а, по возможности, мѣнять ихъ чаще.

Если сильные духи терпимы у дамъ приближающихся или удаляющихся отъ бальзаковскаго возраста, то молодой женщинѣ они должны быть воспрещены. Отъ дѣвушки долженъ исходить тонкій, чуть слышный, ароматъ, какъ отъ бутона, еще не успѣвшаго вполнѣ распуститься...

При выборѣ духовъ слѣдуетъ обращать вниманіе, чтобы они не имѣли ни спиртуознаго, ни, такъ называемаго, „сладкаго“ запаха; вообще же рекомендуемъ пользоваться только хорошими и доброкачественными духами. Духи слѣдуетъ исключительно покупать въ магазинахъ, извѣстныхъ, солидныхъ фирмъ: фальсификація среди мелкихъ торговцевъ стала пріобрѣтать такіе грандіозные размѣры, что и заграничнымъ этикетамъ не всегда можно довѣрять...

Никогда не слѣдуетъ душить платье: тонкій, не скоро выдыхающійся ароматъ пріобрѣтается только тогда, когда надушено бѣлье и тѣло. При употребленіи духовъ *надо пользоваться пульверизаторомъ*, или *накапывать* изъ флакона. Общепринятый пріемъ: прикладывать къ горлышку флакона руку, платокъ и т. п. портитъ качество духовъ, такъ какъ алкоголь въ нихъ заключающійся быстро улетучивается.

Красота лица.

Не всѣ женщины одарены красивымъ лицомъ, не всѣ онѣ обладаютъ античнымъ профилемъ, тонкими чертами, не всѣ, наконецъ, приближаются къ

тому идеалу красоты, который воплотилъ въ статуѣ рѣзецъ скульптора, перенесла на полотно кисть художника... но всѣ женщины, въ большей или меньшей степени, сами виновницы красоты, или, вѣрнѣе, миловидности своего лица. И это далеко не фраза. Подтвердить это можно тысячами примѣровъ, и самымъ рѣзкимъ является тотъ фактъ, что лицо немытое, съ всклокоченными волосами, далеко не производитъ эстетическаго впечатлѣнія, и это же лицо трудно узнать, когда оно пойдетъ черезъ горнило женскаго кокетства и элегантности. Предупреждаемъ, что въ этомъ очеркѣ мы вовсе не намѣрены говорить о бѣлилахъ, румянахъ и прочихъ „тайнахъ вѣчной молодости“, пріобрѣтаемыхъ въ парфюмерныхъ магазинахъ, а только о тѣхъ средствахъ, которыя нужны для разумнаго ухода за лицомъ и шеей, допускаемы гигіеной, и необходимы съ точки зрѣнія элегантности, а также о тѣхъ мѣрахъ, къ которымъ слѣдуетъ прибѣгать для предотвращенія, уничтоженія или сглаживанія тѣхъ или другихъ недостатковъ лица.

Нѣтъ почти такихъ недостатковъ лица, которые, путемъ извѣстныхъ средствъ, нельзя было бы до нѣкоторой степени скрыть, и, наоборотъ, самый пустой, малозамѣтный недостатокъ можно, благодаря небрежности и незнанію, сдѣлать настолько замѣтнымъ, что онъ будетъ безобразить все лицо.

Недостатки лица, которые сравнительно легко поправимы при разумномъ за нимъ уходѣ, слѣдующіе: дурной цвѣтъ лица, прыщи, пятна, веснушки, блѣдныя губы, рѣдкіе рѣсницы и брови и т. п.

На цвѣтъ лица гибельно вліяютъ: 1) холодная вода, 2) воздухъ, а въ особенности морской, 3) солнечные лучи, 4) различныя душевныя волненія, а главнымъ образомъ—слезы, 5) горячительные напитки, а также кофе, шоколадъ, чай и пряная пища, 6) корсетъ и, вообще узкое платье, 7) разстройство пищевыхъ органовъ.

Изъ всѣхъ этихъ враговъ красоты цвѣта лица самый опасный—очень *холодная, студеная вода.* Упоминаемъ объ этомъ потому, что есть масса любительницъ умываться именно такой ледянистой водой. Послѣ умыванія холодной водой ощущается нѣкоторый жаръ, лицо краснѣетъ и женщины, опасаясь за свой цвѣтъ лица, въ наивномъ невѣдѣніи обращаются къ помощи пудры и этимъ окончательно портятъ себѣ лицо. Совѣтуемъ нашимъ читательницамъ, заботящимся о сохраненіи свѣжести лица и о предохраненіи его отъ преждевременнаго увяданія, *никогда не употреблять одну пудру,* не смазавъ предварительно лицо какимъ-нибудь жирнымъ веществомъ, вродѣ кольдъ-крема вазелина и проч. Лучшая вода для умыванія—комнатная и даже немного тепловатая, а, если это возможно, кипяченая. Больше раза въ день никогда мыть лицо не слѣдуетъ, а мыло употреблять черезъ день и даже рѣже. Совѣтуемъ избѣгать всѣхъ ароматичныхъ туалетныхъ мылъ, потому что, въ большинствѣ случаевъ, они гибельно вліяютъ на кожу. Лучшее мыло

для лица, извѣстное подъ названіемъ „казанскаго“, а еще лучше—карболовое (высокаго сорта), такъ какъ оно имѣетъ антисептическое свойство, что особенно важно при угряхъ, черныхъ точкахъ на носу и проч. Не лишнее упомянуть также о губкахъ, которыя при умываніи лица и шеи не должны играть никакой роли. Губки неудобны потому, что ихъ трудно сохранять въ безукоризненной чистотѣ, а многочисленные микробы, которыя гнѣздятся въ ихъ скважинахъ и порахъ могутъ вредно повліять на здоровье кожи; въ виду чего, гораздо полезнѣе и цѣлесообразнѣе, вмѣсто губокъ, пользоваться двумя небольшими полотняными *салфеточками*, которыя кладутъ на ладони, намыливаютъ и растираютъ ими лицо и шею. Салфеточки эти можно тутъ же стирать и, такимъ образомъ, имѣть каждый день чистыя. Вытирать лицо и шею слѣдуетъ до-суха и никогда не оставлять ихъ влажными. Лѣтомъ, послѣ купанія или умыванія, не выходить сразу на солнце, а выждать нѣкоторое время въ тѣни; этимъ только путемъ можно избѣжать сильнаго загара, а въ особенности веснушекъ.

Многія прибѣгаютъ къ различнымъ косметическимъ средствамъ для приданія лицу красоты, но косметика, которую мы допускаемъ лишь какъ не устраненное еще при настоящемъ образовательномъ уровнѣ общества зло, не можетъ сама по себѣ ни сохранить, ни тѣмъ болѣе создать красоту. Поэтому ей нечего дѣлать въ области гигіены красоты и самое большое значеніе, на которое она можетъ

претендовать, сводится къ тому, что въ извѣстныхъ случаяхъ, косметики могутъ устранить нѣкоторые недостатки, мѣшающіе общему впечатлѣнію красоты и притомъ только тѣ изъ нихъ, причины которыхъ не лежатъ слишкомъ глубоко, напримѣръ, въ общемъ состояніи здоровья организма.

Косметику въ смыслѣ гримировки мы и совсѣмъ исключаемъ изъ нашего вѣдѣнія. Также точно здѣсь не будетъ рѣчи и о безчисленныхъ, ежедневно рекламируемыхъ косметическихъ средствахъ, заключающихъ въ себѣ завѣдомо вредныя вещества. Здѣсь мы предлагаемъ списокъ лишь тѣхъ рецептовъ, по которымъ безвредные косметики могутъ быть составлены безъ особенныхъ затрудненій дома—домашними средствами.

А) Кожа. 1) *туалетная жидкость* для приданія водѣ, употребляемой для умыванія, аромата и способности хорошо очищать кожу, давая ей ощущеніе свѣжести: 1 штофъ спирта настоять на $4^1/_2$ золотн. мелко нарѣзанной ванили и смѣшать съ 45 золотн. померанцевой воды (eau de fleur d'oranger); на кружку чистой воды 4—6 чайныхъ ложекъ этой жидкости; 2) *огуречная вода*: взять 10—12 свѣжихъ огурцовъ, нарѣзать ихъ ломтиками, сложить въ бутылку, наполненную водой, и поставить на 12 дней на солнце. Употреблять такъ: умывши лицо свѣжею водою, вытирать его потомъ утромъ и вечеромъ полотенцемъ, намоченнымъ въ огуречномъ экстрактѣ. Укрѣпляя кожу вѣкъ, вода эта дѣйствуетъ освѣжающимъ образомъ и на глаза; 3) *дѣвичье мо-*

локо: 40 штукъ сладкаго и 10 штукъ горькаго миндаля истолочь въ ступкѣ съ ½ фунта розовой воды въ эмульсію (миндальное молоко), процѣдивъ прибавить одинъ золотникъ бензойной настойки (tinctura benziés). Обтирать кожу на ночь кончикомъ полотенца или маленькою губкою; 4) *средства отъ загара*: а) сбить въ пѣну три или четыре бѣлка: вечеромъ, ложась спать, смазать пѣною лицо и дать просохнуть; b) огуречная вода, см. выше; 5) *средства отъ веснушекъ накожныхъ и маточныхъ пятенъ*: а) послѣ умыванія вытирать лицо сокомъ изъ свѣжихъ листьевъ петрушки; b) въ банѣ, послѣ умыванія лица почти горячею водою, натирать пятна порошкомъ сухой горчицы. В) Волосы. 1) часовъ за 6—8 до мытья головы смочить корни волосъ лучшаго сорта керосиномъ, 2) нашатырнаго спирта 10 чайныхъ ложекъ, камфарнаго спирта 4 чайныхъ ложки, поваренной соли полъ-чайной ложки, кипяченой воды 1 штофъ, взболтать, смачивать волосы у корней, за нѣсколько минутъ до причесыванія. С) Зубы: а) *полосканье* для предотвращенія гніенія во рту остатковъ пищи и устраненія непріятнаго запаха во рту: борной кислоты полъ-чайной ложки на стаканъ горячей воды остудить и полоскать два—три раза въ день, послѣ принятія пищи; b) *порошки для чистки зубовъ:* 1) очищеннаго мыла въ порошкѣ полфунта, медицинскаго мыла 4 золотника, мятнаго масла 10 капель; 2) порошка фіалковаго корня полфунта; порошка арнаго корня (raidx calami aromatici) и углекислой магнезіи по четверти фунта; мятнаго масла 10—15 капель.

Рекомендуя всѣ эти средства, мы должны оговориться, что всѣ эти средства *не мѣняютъ* лицо, что мы далеки отъ всякой мысли поощрять гримировку, къ которой прибѣгаютъ молодящіяся старушки, чтобы скрыть свои морщины, желтизну и проч., но предложенный нами методъ ухода за лицомъ не придаетъ ему непосредственно искусственной, временной красоты, а оберегаетъ лишь его отъ вреднаго вліянія внѣшнихъ условій.

Элегантность.

Что такое элегантность?—Это гармонія и изящество въ манерахъ, въ позѣ, въ походкѣ; это соединеніе граціи, благородства и хорошаго вкуса, пріобрѣтаемыхъ хорошимъ воспитаніемъ, при постоянномъ внимательномъ отношеніи къ самой себѣ и ко всему окружающему. Главное условіе элегантности—отсутствіе рѣзкостей во всемъ, такъ некрасивыхъ и несвойственныхъ женщинѣ и совершенно не вяжущихся съ понятіемъ о граціи.

Нельзя себѣ представить истинной красоты безъ элегантности, потому что не можетъ быть красоты безъ гармоніи; но эта гармонія одинаково возможна въ простомъ платьѣ крестьянки, если она свыше одарена этимъ даромъ, помимо красоты, какъ и въ богатомъ нарядѣ интелигентной дамы. Поэтому нѣтъ

никакой надобности, въ погонѣ за элегантностью, стремиться къ роскошнымъ туалетамъ, которые сами по себѣ еще далеко не придаютъ элегантности, если нѣтъ врожденнаго вкуса и умѣнья носить туалетъ. Ни дорогая матерія, ни шелкъ, ни бархатъ, дѣлаютъ женщину элегантной, а то, *какъ* сшито платье и, главное, идетъ ли оно къ лицу. Быть одѣтой по послѣдней модѣ не всегда значитъ быть элегантной, потому что тотъ фасонъ платья или модный цвѣтъ матеріи, который очень красивъ на одной, совершенно безобразитъ даже хорошенькое личико и фигуру другой. Искусство одѣваться элегантно состоитъ не въ томъ, чтобы слѣпо слѣдовать моднымъ журналамъ, *а въ умѣньи приспособить и примѣнить данную моду къ самой себѣ*, къ особенностямъ своей красоты, сложенію и возрасту. Отсюда ясно, что элегантность не есть исключительное достояніе богатыхъ. И дорогая портниха, изъ дорогой матеріи сдѣлаетъ вамъ платье, правда, модное, по послѣдней картинкѣ, и даже сидѣть оно будетъ на васъ артистически, но она мало подумаетъ о томъ, будетъ ли оно къ вамъ идти и будете ли вы въ немъ дѣйствительно элегантны!

* * *

Рѣзче всего проявляется отсутствіе элегантности въ женщинѣ въ неумѣломъ и безтолковомъ ношеніи золотыхъ и драгоцѣнныхъ украшеній; лучше вовсе ихъ не носить потому что драгоцѣнности придаютъ женщинѣ блескъ, пышность, говорятъ о ея богатствѣ, но *не придаютъ красоты*.

Другая погрѣшность противъ элегантности, это ношеніе драгоцѣнныхъ украшеній, когда они *неумѣстны и даже вовсе не украшаютъ*. Браслеты и колье, при платьѣ декольте, съ короткими рукавами полезны и изящны, потому что они оттѣняютъ шею и руки; брошка на такомъ платьѣ умѣстна, если она что-нибудь придерживаетъ или закалываетъ. Но тѣ же украшенія при обыкновенномъ глухомъ платьѣ излишни и далеко не изящны. То же самое можно сказать и о кольцахъ, которыя особенно любятъ одѣвать женщины такое множество, что еле сгибаютъ пальцы. Красивая рука гораздо изящнѣе безъ колецъ. Но если уже есть непреодолимое желаніе носить эти бездѣлушки, которыя, также какъ и серьги, остатки первобытнаго дикаго состоянія—что и теперь можно встрѣтить въ Индіи—то слѣдуетъ одѣвать лишь одно кольцо, *но очень красивое* и изящное, много два. Бриллианты утромъ, или при домашнемъ туалетѣ—признакъ полнаго отсутствія вкуса и даже незнанія того, что называется: comme il faut. О тѣхъ женщинахъ, которыя по лѣни, или другимъ какимъ-нибудь соображеніямъ не снимаютъ бриллиантовъ даже на ночь, ложась спать, нечего и говорить.

* * *

Элегантность проявляется во всемъ и прежде всего въ томъ, что окружаетъ женщину: въ обста-

новкѣ и въ устройствѣ комнатъ. Какой смыслъ въ дорогой мебели, въ тяжелыхъ штофныхъ портьерахъ, въ цѣнныхъ обояхъ, если все это не соотвѣтствуетъ размѣрамъ комнаты и не гармонируетъ одно съ другимъ, разставлено и расположено безвкусно, шаблонно и по большей части неудобно, и если, при всемъ томъ, содержится не въ достаточной чистотѣ? Отвѣчать на это, мы думаемъ, излишне. Главное условіе не только порядка, но элегантности въ обстановкѣ и устройствѣ комнатъ заключается въ томъ, чтобы каждая поставленная вещь соотвѣтствовала своему назначенію и была удобна для тѣхъ, кто ею пользуется. Широкій турецкій диванъ, такъ необходимый въ кабинетѣ,—въ гостиной неизященъ и неудобенъ, потому что на немъ пріятно полежать, или отдохнуть послѣ обѣда, но сидѣть на немъ на кончикѣ, не имѣя никакой опоры для спины, не только неудобно, но дѣлается просто мучительнымъ, для того гостя, который сѣлъ на подобный диванъ. Тяжелая мебель въ будуарѣ, а легкая, ажурная въ кабинетѣ—положительные абсурды. Не только лицевыя комнаты, но и всѣ остальныя должны быть одинаково обставлены элегантно, съ той элегантностью, которая главнымъ образомъ достигается безукоризненной чистотой, красотой и удобствомъ размѣщенія мебели. Гдѣ особенно должна торжествовать элегантность хозяйки—это въ кухнѣ, по которой не только можно судить о эстетическихъ наклонностяхъ женщины, но даже о ея нравственныхъ качествахъ, о строѣ жизни всего дома.

* * *

Общій элегантный строй дома очень много зависитъ отъ того, какъ держитъ себя прислуга, по отношенію своихъ господъ и обратно; даже посредственному наблюдателю по этимъ отношеніямъ не трудно догадаться, не смотря на обстановку, кто живетъ въ домѣ: природная ли аристократка, бывшая прачка, или кокотка. Достаточно приказать хозяйкѣ принести письмо, или велѣть накрывать на столъ—и приговоръ ей готовъ. Нѣтъ ничего труднѣе пріучить прислугу, которая очень чутка къ тому, съ кѣмъ имѣетъ дѣло; надо самой много работать надъ этимъ, быть всегда тактичной, а, главное, никогда не допускать фамильярностей Одна изъ главныхъ причинъ, почему рѣдко въ домѣ средняго достатка можно встрѣтить приличную, ловкую прислугу, заключается въ томъ, что режимъ дома, по большей части, въ присутствіи гостей совершенно мѣняется. Появляется лучшая сервировка, прислуга, не привыкшая обыкновенно, напр., обносить кушанье за столомъ, дѣлаетъ это неловко, неумѣло, суетится, вопрошающе смотритъ на хозяйку—все это производитъ далеко непріятное впечатлѣніе... По нашему мнѣнію, лучше имѣть *всегда* скромную, но элегантную сервировку, чѣмъ держать на показъ дорогой хрусталь и фарфоръ, а

ежедневно пользоваться битыми тарелками и беззубыми вилками. Помимо того, что это пустое и недостойное хвастовство, деморализирующее прислугу,—все въ концѣ концовъ обнаруживается и становится всѣмъ извѣстнымъ, благодаря той же прислугѣ.

* * *

Элегантность можетъ проявляться въ мельчайшихъ подробностяхъ жизни. Всего труднѣе для женщинъ, а въ особенности для дѣвушекъ,—умѣть побороть тотъ страхъ, который невольно является и парализируетъ ихъ дѣйствія,—страхъ, какъ бы чего-нибудь не преувеличить, не показаться смѣшной. Войти въ гостиную въ мало знакомое общество, привѣтливо раскланяться съ хозяйкой дома, сѣсть, естественнымъ, граціознымъ жестомъ поправляя платье, для этого надо много самообладанія, много увѣренности въ каждомъ своемъ движеніи. Чтобы быть непринужденной, надо сознавать, что туалетъ на васъ не хуже другихъ, что манеры ваши натуральны и изящны, а главное, надо помнить, что вы сами потомъ также критически будете осматривать всякую вновь вошедшую гостью.

Если вы пьянистка, и васъ попросятъ играть или акомпанировать, не надо заставлять долго упрашивать себя: повѣрьте, критическая оцѣнка будетъ тогда строже. Садясь за рояль, надо по возможности превозмогать свое волненіе, которое обыкновенно при этомъ ощущается особенно тѣми, кому

рѣдко приходится выступать публично. Всякая нервная, лихорадочная поспѣшность въ сниманіи перчатокъ, раскрываніи нотъ дѣлаютъ васъ смѣшной. Нѣкоторая медлительность въ движеніяхъ здѣсь даже умѣстна: она доказываетъ, что вамъ не впервые приходится играть при публикѣ, и что вы нисколько не боитесь за успѣхъ вашей игры. Если бы даже случилось, что вы, играя, гдѣ-нибудь запнулись—не слѣдуетъ бросать игры, а постараться поправить ошибку и продолжать дальше: и великіе артисты ошибаются. Все сказанное выше относится и къ пѣвицѣ; но здѣсь надо замѣтить, что традиціонная поза со сверткомъ нотъ въ рукахъ, помимо своей неестественности, положительно некрасива. Умѣренные, изящные жесты, иллюстрирующіе и усиливающіе наиболѣе патетическія мѣста, не только оживляютъ пѣніе, но придаютъ фигурѣ пѣвицы непринужденный, элегантный видъ. Не лишне напомнить инымъ пѣвицамъ, что зала не сцена, которая скрадываетъ многія рѣзкости, благодаря разстоянію и обстановкѣ; что производитъ сильное впечатлѣніе на сценѣ, то въ залѣ можетъ вызвать насмѣшливыя улыбки, даже при очень талантливомъ исполненіи. Пьесы слѣдуетъ выбирать хорошо знакомыя и главное вполнѣ по голосу; малѣйшее напряженіе голоса, незамѣтное на сценѣ, искажаетъ лицо иногда до смѣшной гримасы и впечатлѣніе теряется. Нечего и говорить, что отбивать тактъ ногой, или сверткомъ нотъ, качаться корпусомъ, кидать молніеносные взоры на не совсѣмъ исправ-

наго акомпаньятора—по меньшей мѣрѣ... неудобно. Пѣвицы съ сильнымъ голосомъ должны непремѣнно соразмѣрять его съ величиной залы.

Въ манерѣ говорить, въ тембрѣ голоса, въ способѣ выраженія можно проявить много элегантности.

Мы полагаемъ излишне и говорить, что многія слова и выраженія, которыя не рѣжутъ слуха въ устахъ мужчины, совершенно должны быть изъяты изъ лексикона женщины. Женщины, которыя этимъ неглижируютъ, а иногда и бравируетъ такими „словечками", стараясь быть оригинальными,—должны навсегда отказаться отъ названія „элегантныхъ", потому что каждое рѣзкое, вульгарное выраженіе, даже имѣющее свои литературныя красоты, въ устахъ женщины производитъ крайне не эстетическое впечатлѣніе.

Многіе находятъ, а женщины даже убѣждены въ томъ, что нѣкоторые недочеты въ произношеніи извѣстныхъ буквъ, „картавость" очень идетъ къ хорошенькой женщинѣ, и что „это выходитъ у нея очень мило",—но, съ точки зрѣнія элегантности, ничего тутъ изящнаго и милаго нѣтъ; прежде всего это уродство, а уродство даже такое невинное, при строгой оцѣнкѣ элегантности и изящества не допускается. Кромѣ того, подобная „картавость", особенно если ей, какъ это часто бываетъ, щеголяютъ при долгомъ разговорѣ, положительно раздражаетъ нервы. Часто, впрочемъ, сами родители виноваты, что у нихъ являются картавыя дѣти: имъ

чень нравится, какъ ихъ пятилѣтняя дочь „такъ мило картавитъ" и не принимаютъ никакихъ мѣръ, чтобы устранить этотъ недостатокъ. Но, что „мило" у пятилѣтняго ребенка, то смѣшно у сорокалѣтней женщины. Поэтому, тѣмъ, кто, къ сожалѣнію, обладаетъ такимъ изъяномъ въ нормальной человѣческой рѣчи, слѣдуетъ обратиться къ медицинской помощи. Наука дошла до того, что изобрѣла средства и способы лѣченія для устраненія этого недостатка.

Въ походкѣ большею частью выражается вся грація женщины. Чтобы походка могла быть названа элегантной, надо стараться ходить не торопливо и ритмично. Шагъ долженъ соразмѣряться съ ростомъ: высокая женщина, сѣменящая ногами, также неизящна, какъ и маленькая, дѣлающая аршинные шаги. На улицѣ, на прогулкѣ шаги могутъ быть ускорены, но безъ излишней торопливости. Привычка шевелить на ходу бедрами—очень некрасива. Элегантная женщина держится на ходу прямо, не опуская плечъ; локти старается держать ближе къ тѣлу, даже если она придерживаетъ юбку, немного подавая ихъ назадъ, чтобы бюстъ выдѣлялся рельефнѣе. Если она идетъ подъ руку, то не мѣняетъ своего шага, къ которому, конечно, долженъ примѣниться ея кавалеръ; причемъ, если кавалеръ почему-либо не догадывается идти въ ногу, то дама сама должна это сдѣлать, помня, что когда двое идутъ не въ ногу, то оба качаются

изъ стороны въ сторону, и въ такомъ случаѣ дамѣ трудно сохранить свою элегантную походку.

* * *

Танцы—это главное поле, гдѣ торжествуетъ элегантность женщинъ. Въ мѣрномъ, плавномъ движеніи она можетъ выразить столько граціи и изящества, какъ нигдѣ. Танцуя, не слѣдуетъ очень близко держаться кавалера, а также не слишкомъ отдаляться, иначе кавалеру трудно держать свою даму. Не слѣдуетъ позволять кавалеру слишкомъ вытягивать руку, а также держать ее у своего плеча. Въ обоихъ случаяхъ поза дамы очень некрасива. Вообще, лучше совсѣмъ не танцовать, чѣмъ танцовать съ плохимъ танцоромъ, который способенъ самую элегантную женщину сдѣлать смѣшной своимъ неумѣніемъ.

Мы не имѣемъ въ виду предлагать ту или другую методу танцевъ, это дѣло спеціалистовъ, профессоровъ этого искусства, но желаемъ лишь сдѣлать нѣсколько указаній нашимъ читательницамъ, касающихся элегантности въ танцахъ. Въ танцахъ, въ вальсѣ или полькѣ, многія дамы или совершенно отворачиваются отъ своего кавалера и смотрятъ черезъ его плечо, или повертываются къ нему лицомъ и смотрятъ на него. Обѣ эти позы не совсѣмъ удовлетворяютъ требованіямъ элегантности; самая красивая поза — когда дама повернута лицомъ къ кавалеру, но не смотритъ на него,

а склоняется слегка къ его плечу и опускаетъ глаза внизъ. Тренъ въ танцахъ для непривычныхъ къ нему много приноситъ хлопотъ. Чтобы ловко и изящно подобрать тренъ, слѣдуетъ слегка *присѣсть* и одновременно схватить его *немного ниже колѣнъ*; это движеніе будетъ граціознѣе, чѣмъ обыкновенное нагибаніе всего корпуса, и, кромѣ того, тренъ, схваченный въ этомъ мѣстѣ, ложится красивыми складками.

* * *

Здороваясь съ кѣмъ-нибудь, элегантная женщина должна проявить много такта и знанія этикета. Подавать руку мужчинѣ впервые представленному, или мало знакомому женщина *не обязана*, и ни одинъ воспитанный человѣкъ на это претендовать не долженъ. Протягивая свою руку мужчинѣ, женщина выказываетъ этимъ свое расположеніе. Въ манерѣ какъ подается рука есть свои особенные оттѣнки. Подавать, не отвѣчая на пожатіе, или протягивать два пальца—невѣжливо и оскорбительно. Трясти руку по-англійски неграціозно и некрасиво.

Случается иногда, что мужчина, по разсѣянности, оставляетъ нѣкоторое время въ своей рукѣ руку дамы, при этомъ не слѣдуетъ дѣлать видъ, что вамъ это неудобно, а стараться тихонько освободить свою руку. Слишкомъ продолжительное пожатіе вообще есть признакъ, что между вами существуетъ короткость, и это можетъ компрометировать. Пожатіе руки очень часто выражаетъ на-

строеніе человѣка и служитъ отголоскомъ его душевныхъ волненій; бываютъ пожатія горячія, холодныя; показывающія грустное, веселое расположеніе духа; вызывающія увѣренность, колебаніе. Вотъ почему въ привѣтствіи надо быть очень осторожной, если не хотите выказать свое душевное настроеніе или свои симпатіи. Въ общемъ, женщина всегда первая подаетъ руку, а между собой—младшая ждетъ, пока ей не протянетъ руку старшая.

Когда женщина ѣдетъ въ экипажѣ, то отвѣчаетъ на поклонъ кивкомъ головы, не наклоняясь всѣмъ корпусомъ. Если мать ѣдетъ вмѣстѣ съ дочерью, то на поклонъ отвѣчаетъ только мать.

* * *

Женщина можетъ насъ увлечь, мы можемъ находить ее воплощеніемъ граціи и элегантности, но если получимъ отъ нея письмо, написанное грязно, неровнымъ почеркомъ, да еще при томъ съ ошибками—половина очарованія исчезаетъ, и всякій съ глубокимъ сожалѣніемъ вздохнетъ и скажетъ: „такая изящная, и такая неряха“. Эти недостатки легко исправимы: постарайтесь, кто въ этомъ повиненъ, возможно скорѣе пополнить этотъ пробѣлъ своего образованія, или иначе вы рискуете никогда не попасть въ число вполнѣ элегантныхъ женщинъ!

Въ дѣловыхъ письмахъ число слѣдуетъ ставить вверху, а во всѣхъ остальныхъ—ниже подписи и

адреса. Адресъ надо прилагать всякій разъ, даже въ письмѣ къ хорошимъ знакомымъ; этимъ, во-первыхъ устраняются излишнія хлопоты на справки о № дома и квартиры, которые легко забываются, а во-вторыхъ—облегчается переписка.

* * *

Чтобы резюмировать это длинное разсужденіе о всевозможныхъ проявленіяхъ элегантности, мы должны признаться, что элегантность прежде всего есть нѣчто *врожденное*. Если при воспитаніи не совсѣмъ внимательно относились къ развитію элегантности въ женщинѣ—наши совѣты могутъ исправить пробѣлы, но они безполезны для тѣхъ, кто отъ природы не надѣленъ этимъ даромъ. Нѣтъ словъ, что пребываніе въ благопріятной средѣ развиваетъ въ женщинѣ вкусъ, и, при нѣкоторой наблюдательности, она многое можетъ перенять изъ внѣшнихъ проявленій элегантности. Мы часто видимъ, что деревенская дѣвушка попадаетъ въ услуженіе въ элегантный домъ и черезъ годъ дѣлается неузнаваемой: куда дѣвались грубый, вульгарный языкъ, рѣзкія неизящныя манеры, походка. Очевидно, что эта дѣвушка обладала задатками элегантности, которыя были скрыты, благодаря грубой средѣ, въ которой она выросла, и когда она попала въ другую обстановку, болѣе благопріятную, эти задатки всплыли наружу.

Во всѣхъ этихъ очеркахъ, касающихся элегатно-

сти женщины, мы должны были ограничиться выясненіемъ и изложеніемъ лишь общихъ условій и законовъ непосредственно относящихся къ, самой женщинѣ—ея туалета, наружности и проч. не касаясь внѣшняго проявленія ея элегантности въ устройствѣ обстановки, въ различныхъ отношеніяхъ къ людямъ въ пріемахъ, выѣздахъ и т. п. такъ какъ мы не задавались обширностью самой темы.

Заканчивая эти очерки, мы невольно задаемъ себѣ вопросъ: были ли они цѣлесообразны, т. е. достигли ли они желанной цѣли? Вопросъ этотъ, конечно, могутъ рѣшить только тѣ, кто хотя бѣгло просматривалъ ихъ. Но, предугадывая всевозможные нападки, мы считаемъ необходимымъ выяснить ту точку зрѣнія, съ которой намъ приходилось разбирать условія и законы элегантности. Надо признаться, что точка опоры, на которой мы основывали наши взгляды,—внѣшняя красота и изящество женщины—далеко не надежна, а путь избранный нами для доказательства основныхъ принциповъ элегантности былъ и скользкій, и опасный. Съ одной стороны этого скользкаго пути предъ нами высилась грозная твердыня вѣковой морали, съ другой—непроглядныя бездны человѣческаго легкомыслія, пороковъ, страстей... Проповѣдуя внѣшнее кокетство, возвышая и усиливая значеніе красоты, мы отходили отъ морали, отъ этихъ скалъ, за которыя мы все-таки кое какъ цѣплялись, и рисковали оступиться и ринуться въ пропасть человѣческаго легкомыслія и пороковъ... Придерживаясь принциповъ гигіены, мы встрѣчали на пути серьезныя препятствія, въ видѣ цѣлыхъ грудъ камней, и эти камни—*условія жизни*. Проповѣдуя, наконецъ, принципы морали, взбираясь на недоступную для смертнаго вершину ея, насъ тянули внизъ и взывали къ намъ изъ бездны, изъ омута житейскаго голоса, *самолюбія*, *тщеславія* и *эгоизма*... И если на этомъ пути намъ пришлось гдѣ-либо оступиться и балансировать надъ бездной, гдѣ-либо расходиться съ принципами строгой нравственности и гигіены,—да простятъ намъ это наши читательницы, такъ какъ путь былъ слишкомъ труденъ, полонъ рифовъ и подводныхъ камней...

КОНЕЦЪ.

ОГЛАВЛЕНІЕ.

Элегантность женщинъ 3

Туалетъ 10

Прическа 28

Состояніе волосъ 34

Духи. 41

Красота лица. 43

Элегантность 49